



国医大师 **李济仁**
亲自主审

南京鼓楼
图书馆

【本草妙用系列丛书】

王君 王惟恒 编著

妙用虫草治百病

中药三大宝——人参、鹿茸、冬虫夏草
冬虫夏草是“三宝”之中最为珍贵者

本书精选虫草选方和食疗验方约200首
冬虫夏草药中宝 保肺益肾抗衰老



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



R287.71
1017

王君 王惟恒 编著

炒用虫草治百病

冬虫夏草药中宝
保肺益肾抗衰老



B0010255

人民军医出版社

炒用
本学

一本最适合咱百姓使用的中药书
一本您终于可以读懂的中药书
一本真正由中医大家审定的中药书

常用·实用·新用·炒用

炒用

南京鼓楼医院
图书馆藏书



本·草·妙·用

图书在版编目(CIP)数据

妙用虫草治百病/王君, 王惟恒编著. —北京: 人民军医出版社, 2014. 5
(本草妙用)

ISBN 978-7-5091-7488-3

I. ①妙… II. ①王… ②王… III. ①冬虫夏草—中药疗法 IV. ①R282. 71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 083625 号

策划编辑: 焦健姿 文字编辑: 黄新安 责任审读: 陈晓平

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927271

网址: [www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印、装: 京南印刷厂

开本: 850mm×1168mm 1/24

印张: 6.5 字数: 82 千字

版、印次: 2014 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—4500

定价: 19.50 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



系列丛书

活学巧用本草 妙治各科百病

《本草妙用系列丛书》

丛书编委会

主 编 王惟恒

副主编 王 君 胡顺强

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 君 王晓瑛 王惟恒 李 艳 汪 文

陆霞英 周重建 胡 芳 胡顺强 柳丽霞

黄 芳 强 刚 谭洪福



内容提要

数百年来，中医药界一直流传着“中药三大宝——人参、鹿茸、冬虫夏草”的说法。这三大宝中的冬虫夏草（简称虫草），比人参和鹿茸更为神奇，是“中药三大宝”中最为珍贵的，有着极高的药用价值和营养价值。中医药学认为，冬虫夏草味甘、性温，入肺、肾二经，具有补虚损、益精气、止咳嗽、补肺肾之功效。

本书分上、下两篇，上篇介绍了冬虫夏草的性味、功效及药养常识等；下篇介绍了多种疾病的冬虫夏草疗法，列举了 200 余首巧用冬虫夏草防病治病良方，凸显“简便、灵验”之特色，对于每一个家庭都非常实用，诚为广大读者防病强身、康复养生的良师益友。





系列丛书

活学巧用本草 妙治各科百病

虫 草 妙 用



国医大师序

冬虫夏草药中宝
保肺益肾抗衰老

本草指的就是中药。说中药，人人知道。说本草，就有不少人不知道了。为什么要把中药说成本草？因为中药虽然泛指一切植物的、动物的、矿物的药物，但使用最早最多的还是植物类药，所以本草一词最早指的就是中草药，后来才扩大到所有中药。现在人们都知道“中医药是个伟大宝库”，这个伟大宝库中最重要的宝贝就是中药。



中药与人们的日常生活息息相关。过去西医不普及的时候，人们主要是靠中医药来保健与治疗的。需要预防时感病的时候，一般群众也知道找几味特效药煎汤喝下去。虽然现在中药材的价格连年上涨，但吃中药的人却越来越多。中药是中医治疗与保健的重要媒介，其中的学问也是很深的，因为我们的先人，把他们对药物的理解都记载到本草学著作里了。比如我早年学习时就熟读了《本草备要》，几十年下来，我觉得书里的许多认识还是无比正确的。比如《本草备要》论黄芪：“生用固表，无汗能发，有汗能



止。生血生肌，排脓内托，疮痈圣药。痘症不起，阳虚无热者宜之。”这只是对一种药物的纲领性的概括，其实还有很多记载，则非一书所能穷尽。所以说，要想全部掌握包括了大量古人研究心得在内的中草药知识，就是专门的临床医生也是做不到的。王惟恒先生挑选了平常人最容易接触到的作用广泛的名中药，设计成一药一书，是非常有眼光的。因为现代人的文化水平大大提高了，完全有能力、有针对性地吸纳自己所需要掌握的药物应用知识。

《本草妙用系列丛书》将所涉及药物的全面知识通盘掌握，再用以古引今、以今证古的方式，以文化与实用的分类，很有情趣地介绍了对药物性味、功能、应用价值的认识及古今治疗疾病的简便验方。同时，合理而巧妙地穿插了中药真伪鉴别、家庭贮藏、保健用法等有益科学常识。对读者来说，在学习到有用知识的同时，也上了一堂生动的传统文化课。我想，这些知识不仅对一般人有用，就是我这种做了一辈子临床工作的人也能从中学到很多东西。

新安 李济仁

壬辰年仲秋



李济仁：生于1931年。皖南医学院教授、附属弋矶山医院主任医师，首批“全国500名老中医”、首批国家名老中医学术经验继承人指导老师、首批中国百年百名中医临床家、首批国务院特殊津贴获得者，国家级非物质文化遗产“张一帖内科”代表性传承人，2009年被授予“国医大师”荣誉称号。精擅内、妇科疑难杂症，尤擅痹病、痿病、肿瘤等顽疾治疗，著有《济仁医录》《痿病通论》《痹证通论》《新安名医考》《大医精要·新安医学研究》等专著14部，论文百余篇，并参编《内经知要通俗讲义》《中医基础理论》等高等学校规划教材。



系列丛书

活学巧用本草 妙治各科百病

虫 草 妙 用



前 言

冬虫夏草药中宝
保肺益肾抗衰老

数百年来，中医药界一直流传着“中药三大宝——人参、鹿茸、冬虫夏草”的说法。这三大宝中的冬虫夏草（简称虫草），比人参和鹿茸更为神奇，是“中药三大宝”中最为珍贵的，有着极高的药用价值和营养价值。

中医药学认为，冬虫夏草味甘、性温，入肺、肾二经，具有补虚损、益精气、止咳嗽、补肺肾之功效。适用于肺肾两虚、精气不足、阳痿遗精、咳嗽气短、自汗盗汗、腰膝酸软、劳嗽痰血、病后虚弱等症。《本草纲目拾遗》说：“夏草冬虫，功与人参同，能治诸虚百损。以其得阴阳之气全也。”又说“功与人参、鹿茸同，但药性温和，老少病虚者皆宜适用”。因此，冬虫夏草一直与人参、鹿茸同被誉为中国三大名贵滋补中药，有“百药之王”的美称，被历代医家称为“诸虚百损至为上品”。

冬虫夏草药性平和、温而不燥、补而不滞，比其他种类的补益中药更具广泛的药用价值，且无任何不良反应。虫草既能补肺阴，又能

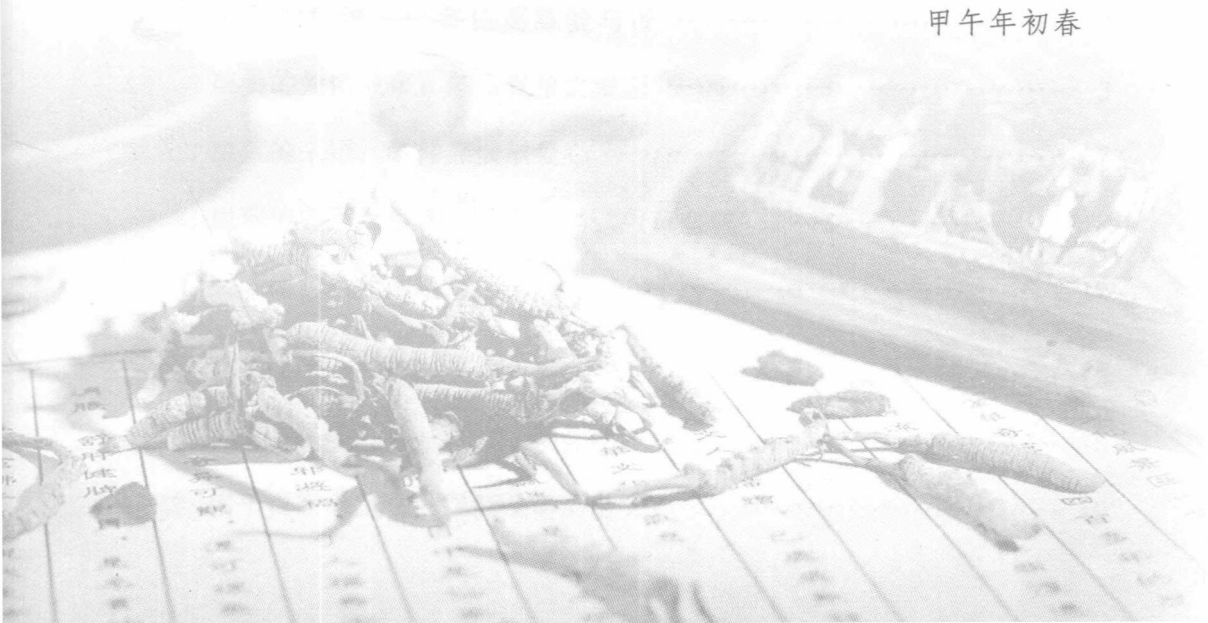


补肾阳，是唯一的一种能同时平衡、调节阴阳的中药。现代药理研究证实，冬虫夏草除有扶正固本、补益强壮、镇静安神等传统功效外，还具有镇静、镇痛、抗惊厥、降血压、降血脂、改善心肌缺血、抗血小板凝集、抗衰老、增强机体免疫、抗肾衰竭、抗排斥反应、防癌抗癌等多方面的作用。对于亚健康状态所出现的焦虑不安、烦躁、幻想、失眠、健忘、心律失常、食欲减退、精神不振等症状，也有良好的治疗作用。

本书分上、下两篇，上篇介绍了冬虫夏草的性味、功效及药养常识等；下篇介绍了多种疾病的冬虫夏草疗法，列举了200余首巧用冬虫夏草防病治病良方，凸显“简便、灵验”之特色，对于每一个家庭都非常实用，诚为广大读者防病强身、康复养生的良师益友。

王 君

甲午年初春





系列丛书

活学巧用本草 妙治各科百病

虫 草 妙 用



目 录

冬虫夏草药中宝
保肺益肾抗衰老

性 味 · 功 效 · 选 购 储 藏 · 食 用 与 保 健 养 生 常 识

上篇 虫草妙用纵横谈



美丽的传说——冬虫夏草爱与恨 3

凄美的爱情故事：冬虫夏草之爱恋 3

虫草的来历：冬仲弃恨献爱心 7

虫草佳肴医女皇——武则天与“虫草全鸭” 8

民间郎中巧用虫草为皇帝解忧 12



百家盛赞虫草功 15

神奇的冬虫夏草——“一物竟能兼动植” 15

诸子百家夸虫草：保肺益肾治虚劳 19



现代科技新发现，“十大功劳”人称道	22
虫草滋补抗衰药养精方	34
冬虫夏草鸡肉汤补虚延年	34
冬虫夏草炖甲鱼滋阴补肾	34
虫草牛髓补肾汤补虚损抗衰老	35
虫草炖胎盘大补精血	35
鸽肉炖虫草健脑养神	36
虫草枸杞淮山羊肉汤益精养血	36
虫草淡菜粳米粥益精血补虚羸	37
虫草二乳粥益气养血疗虚损	38
虫草核桃芝麻粥扶正抗衰	38
虫草党参益寿茶养心强肾	39
虫草延年益气茶抗衰延年	40
虫草首乌生地茶抗衰益寿	40
虫草人参茯苓酒益精补气	41
虫草养生酒疗疾健身	41
虫草春寿酒强壮益寿	42
虫草却老酒益寿延年	42



虫草的选购与储藏	44
冬虫夏草的性状鉴别	44
冬虫夏草的真假鉴别	45
冬虫夏草的储藏保管	47

下篇 妙用虫草治百病



妙用虫草治肺病	51
复方虫草蛤蚧散预防哮喘发作	51
虫草蛤蚧散治支气管炎伴心律失常	52
虫草杏仁桂花露治老年慢性支气管炎	53
虫草二杏母鸡汤治老年慢性支气管炎	53
虫草桔梗炒兔丝治咳喘痰多	54
冬虫夏草百合汤治支气管扩张	55
虫草蛤蚧茶止咳平喘	55
冬虫夏草瘦肉粥治咳喘癆嗽	56
虫草百合粥治老年慢性支气管炎	56

汽锅冬虫夏草蛤蚧纳气平喘	57
虫草狗肉山药羹益肾平喘	58
虫草麦冬猪肺汤清肺平喘	58
虫草哈士蟆粥治咳嗽气喘	59
蛤蚧虫草蜂蜜膏润肺化痰	59
蛤蚧虫草精贝膏纳气平喘	60
虫草黄精粥治肺癆咯血	60
冬虫夏草白及粥治癆嗽痰血	61
抗癆弥洞散治肺结核	62
虫草炖乌龟促进结核病康复	62
秦伯未重用虫草治咳嗽吐血膏方	63
六味全蝎散治肺癌	64
蛤蚧虫草炖瘦肉抗癌抗癆	64
虫草麦冬茶养阴抗癌	65
秦伯未重用虫草治肺癌膏方	65
 妙用虫草治肝病	67
复方乙肝宁胶囊防治乙型肝炎	67
冬虫丸治乙型肝炎	67



虫草蚂蚁散治慢性乙型肝炎 68

虫草饭治乙型肝炎 68

冬虫夏草茶治早期肝硬化 68

虫草复肝汤治肝硬化 69



妙用虫草治肾病 70

冬虫夏草炖老鸭治慢性肾炎 70

虫草炖野鸭治慢性肾炎 70

虫草猪肾汤治慢性肾炎 71

虫草芡实山药粥治慢性肾炎 71

虫草白果芡实粥治慢性肾炎 72

虫草枸杞猪骨汤治膏淋 72

肾衰胶囊治慢性肾衰竭 73

虫草饮治慢性肾衰竭 73

虫草滋阴养肾茶治慢性肾衰竭 74

四草尿毒灵方治慢性肾衰竭 74



妙用虫草治糖尿病 77

虫草地黄花粥治糖尿病 77

虫草淮山药枣皮粥治糖尿病	77
虫草地黄花精海参汤治糖尿病	78
虫草羊肺羊肉粥治糖尿病	78
虫草牛肉汁粥治糖尿病	79
虫草薏苡仁烧田螺治糖尿病	79
刘氏验方治糖尿病合并肺结核	80



妙用虫草治心脑血管病

虫草茯苓茶治肺心病	81
虫草牡蛎肉粥治心脏病	82
虫草紫河车枸杞汤治心脏病	82
虫草玳瑁兔肉汤降压降脂	83
虫草首乌茶治高血压	83
虫草鹿茸山萸酒治动脉硬化	84
虫草首乌红枣粥治动脉硬化	84
虫草冠心活络酒治冠心病	85
虫草胶囊治心律失常	86
虫草补阳还五茶治中风后遗症	86
郁金虫草鸡治中风后遗症	87



虫草银耳炖猪脑治阿尔茨海默病（老年痴呆） 88

虫草鹿髓粥治脑萎缩 88



妙用虫草治神经衰弱 89

虫草大枣龙眼肉煮羊心治神经衰弱 89

虫草壮元茶治神经衰弱 89

虫草甘露茶治神经衰弱 90

虫草灵芝茶治神经衰弱 91

虫草养血安神酒治心悸失眠 91

虫草百岁酒治神经衰弱 92

虫草葡萄莲山粥治神经衰弱 92

虫草鱼头治健忘神昏 93



妙用虫草抗疲劳 94

虫草红枣炖甲鱼消除疲劳 94

虫草参芪茶抗疲劳 95

虫草大枣羊乳粥缓解疲劳 95

虫草龙眼肉牛乳粥缓解疲劳 96



妙用虫草治血虚贫血 97

补髓蜜膏治贫血 97



虫草黄豆煮猪肝治贫血	97
虫草肝枣荔枝汤治肝血虚	98
虫草阿胶糯米粥治阴血亏虚	98
虫草首乌酒治血虚乌发养颜	99
虫草骨髓茶治血小板减少症	99



妙用虫草治男科杂病	101
虫草核桃补骨脂茶治肾虚阳痿	101
虫草参茸茶治阳痿早泄	101
冬虫夏草炖公鸡治阳痿早泄	102
虫草五味茶治肾虚阳痿	102
虫草山药粥治肾虚遗精	103
虫草虾仁蒸饺治阳痿遗精	104
炸虫草虾仁治阳痿	105
虫草海马酒治阳痿	105
虫草鱼鳔鹿角酒治阳痿遗精	106
虫草山药酒男子遗精	106
虫草鹿鞭补骨脂酒温肾壮阳	107
虫草鹿茸参芪酒补肾助阳	108



虫草鹿茸天冬酒滋肾壮阳 108

虫草栗子猪腰酒治阳痿遗精 109

虫草红参海狗肾酒治阳痿早泄 109

虫草淫羊鸡治性功能减退 110

虫草栗子桂圆粥治男子虚寒不育 110



妙用虫草治妇科杂病 112

虫草鹿茸茶治月经不调 112

虫草双耳炒花枝治血虚经闭 113

虫草牛膝炒鸡丝活血调经 113

虫草阿胶蛋黄酒治妇科血证 114

虫草枸杞羊肉汤治宫寒不孕 115

虫草鱼肚瘦肉粥辅治妇科癌症 115



妙用虫草治小儿科杂病 117

虫草玉屏风散防治小儿外感 117

止咳冬虫夏草汤治小儿久咳 117

虫草燕窝百合汤治小儿咳嗽 118

冬虫蛤蚧散治小儿病毒性心肌炎 118